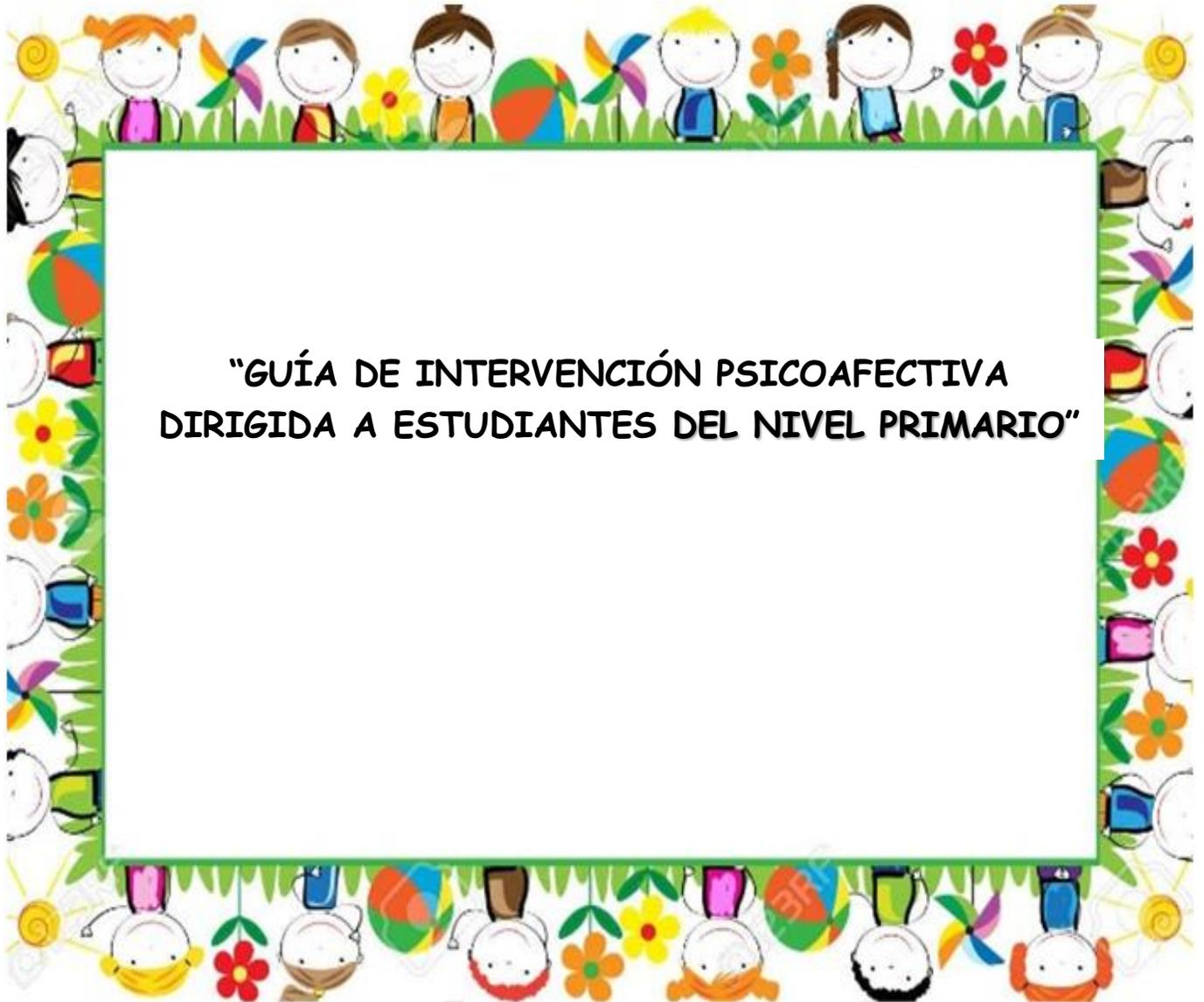


EN TIEMPOS DE CONTINGENCIAS

ESTRATEGIAS PARA LA INTERVENCIÓN

"GUÍA DE INTERVENCIÓN PSICOAFECTIVA
DIRIGIDA A ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO"



Carrera:
Psicología Educativa

Diplomado:
Guía de Intervención Psicoafectiva Dirigida a
Estudiantes del Nivel Primario

Autores:
Yerlin Itsel Tavárez Tatis
Javier Antonio Rosario Santana
Lilibeth Rodríguez Martínez

Docente acompañante:
Alexandra Aquino, M.A.

Fecha:
Abril de 2021
Santiago de los Caballeros, República Dominicana

ÍNDICE

PRESENTACIÓN DE LA GUÍA	5
INTRODUCCIÓN.....	7
OBJETIVOS	8
OBJETIVO GENERAL	8
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	8
ACTIVIDADES PROPUESTAS PARA LA INTERVENCIÓN.....	9
PRIMERA ACTIVIDAD	10
RELÁJATE CONMIGO	10
SEGUNDA ACTIVIDAD.....	111
GALERÍA ESCOLAR	111
TERCERA ACTIVIDAD	133
PEQUEÑO SHAKESPEARE.....	133
CUARTA ACTIVIDAD.....	155
CREANDO EL ÁLBUM DEL AMOR.....	155
QUINTA ACTIVIDAD	17
LA PERSONA QUE MÁS ADMIRO.....	17
SEXTA ACTIVIDAD.....	19
VUELTITA, VUELTITA QUE LA VIDA ES MÁS BONITA	19
SÉPTIMA ACTIVIDAD.....	21

CARITAS DE EMOCIONES.....	21
OCTAVA ACTIVIDAD.....	23
JUEGO; QUE EMOCIÓN SOY	23
NOVENA ACTIVIDAD	244
ELABORO MI CATÁLOGO.....	244
DECIMA ACTIVIDAD	26
DESCUBRIENDO UNA ESTRELLA.....	26
GLOSARIO.....	277
BIBLIOGRAFÍA	288
ANEXOS	30

PRESENTACIÓN DE LA GUÍA

Esta guía de Intervención Psicoafectiva, está diseñada para ayudar a los estudiantes del nivel primario, a superar las experiencias relacionadas con las situaciones vividas en el confinamiento. En su desarrollo encontrarán ejercicios, actividades, reflexiones y algunas preguntas para ayudar a la expresión de emociones en cuanto a lo vivido en medio de esta crisis, y el reconocimiento de herramientas personales y familiares que le permitirán al estudiante recobrar la confianza y seguridad en sentido general, para que puedan proceder de modo apropiado ante cualquier escenario de crisis presente y futuro que aparezca.

Esta guía está orientada en apoyar el desarrollo emocional de los estudiantes, por medio de las diversas actividades y los distintos ejercicios de esta. Como gestores, acompañaremos a los estudiantes estando siempre atentos a sus avances y logros.

De igual manera, esta Guía es un instrumento para conocer los sentimientos que el alumno tiene almacenado respecto a la crisis actual que nos afecta, inclusive en esta guía, pueden usarla como medio para hablar de otros peligros que no están vinculados con este tema.

En el mismo orden, describimos como abordar las alteraciones o problemas más frecuentes que puedan darse en situaciones de confinamiento, pero específicamente nos centramos en actividades y estrategias ya descritas, dirigidas a la población estudiantil.

Pretendemos hacerles entender, que uno de los principales retos en situaciones de crisis, es dar sentido a lo que siente cada estudiante, en una condición relativamente nueva, y lograr ayudar a normalizarla como un camino previo a establecer un cambio psicológico en ellos.

Finalmente y en sentido general, esta guía le da sentido a las experiencias de los estudiantes del Nivel Primario, vividas en tiempos de crisis. ¿Y cómo lo haremos?, implementando las intervenciones psicofectivas indicadas, las cuales son estrategias muy ventajosas y provechosas.

INTRODUCCIÓN

En estos tiempos de contingencia, la educación ha tenido una transformación importante, y para dar respuestas a las diferentes necesidades de los alumnos desde la virtualidad sin que se dejen de lado las emociones y de cómo éstas afectan la vida familiar y social del niño.

Este es uno de los motivos principales por el cual hemos desarrollado una Guía de Intervención Psicoafectiva, Dirigida a Estudiantes del Nivel Primario, dar respuestas a aspectos emocionales de los niños y niñas de primaria.

A la hora de presentar momentos difíciles donde nuestro sentido de la normalidad debe de cambiar, es bueno contar con las ayudas necesarias para poder sobrellevar la situación. Esta guía cuenta con diferentes actividades, con la intención de ayudar a aquellos facilitadores del nivel primario a que tengan al alcance herramientas que ayuden a niños y niñas a poder expresar sus emociones.

En la misma tenemos como principal función, aportar una serie de estrategias eficientes y sistemáticas, en beneficio de estudiantes que puedan asistir a los facilitadores para poder identificar, conectar y expresar las emociones que los puedan afligir durante el tiempo que dure la contingencia.

OBJETIVOS

Objetivo general

Elaborar una guía de actividades y estrategias sistemáticas, en beneficio de estudiantes del Nivel Primario, para dar respuestas a aspectos psicoafectivos

Objetivos específicos

- Desarrollar actividades que ofrezcan a psicólogos y orientadores como trabajar los aspectos psicoafectivo de manera idónea.

- Ofrecer actividades y herramientas que permitan mejorar las condiciones psicoafectivas de los estudiantes del Nivel Primario.

- Brindar una serie de estrategias adecuadas que pongan de manifiesto las emociones, la creatividad con la finalidad de que puedan gestionarlas.

ACTIVIDADES PROPUESTAS PARA LA INTERVENCIÓN

1.	Relájate conmigo
2.	Galería escolar
3.	Pequeño shakespeare
4.	Creando el álbum del amor
5.	La persona que más admiro
6.	Vueltita, vueltita que la vida es más bonita
7.	Caritas de emociones
8.	Juego; que emoción soy
9.	Elaboro mi catálogo
10.	Descubriendo una estrella

PRIMERA ACTIVIDAD

RELÁJATE CONMIGO

Objetivo

Mejorar los niveles de concentración y memoria facilitando así el proceso de enseñanza-aprendizaje y drenar las emociones utilizando la técnica de relajación de Jacobson.

Edad sugerida	De 7 a 10 años
Materiales a utilizar	Ninguno
Tiempo	30 minutos

Pasos a realizar

(VER DESARROLLO EN EL ANEXO 1, PÁGINA 30)

SEGUNDA ACTIVIDAD

GALERÍA ESCOLAR

Objetivo

Estimular las emociones de los niños, expresándose de forma artística en beneficio de mejorar la comunicación de sus sentimientos y mostrar el retorno a clases.

Edad sugerida	De 7 a 11 años	
Materiales a utilizar	<ul style="list-style-type: none"> • Papel cartón • Cartulina • Agua • Papel desechable • Lápiz • Delantal plástico • Mesa o escritorio • Pintura • Pinceles 	
Tiempo	30 minutos prácticos	TOTAL 40 minutos
	10 minutos en galería virtual	

Pasos a realizar

Primero: El maestro debe solicitarle a los niños los materiales necesarios.

Segundo: El o la facilitadora debe pedir a los niños realizar un cuadro o pintura donde muestre como ellos desean que sea la reincorporación a clase de forma presencial utilizando los materiales requeridos.

Tercero: Una vez la pintura este lista y seca solicitarles a los niños que expliquen aquello que han creado.

Cuarto: Exigir fotos de los niños con la pintura y del cuadro solo para elaborar una galería de arte digital para que así a quienes pueda interesar ver el arte de los niños.



Galería de Arte (freepik, 2019)

TERCERA ACTIVIDAD

PEQUEÑO SHAKESPEARE

Objetivo

Reconocer las emociones y cómo actuar de manera empática con los demás.

Edad sugerida	De 7 a 11 años
Materiales a utilizar	<ul style="list-style-type: none"> • “Nana vieja”, de Ekaré (+5-6 años): • “Rojo o por qué el bullying no es divertido”, de Tramuntana (+5 años): • “La pajarera de oro”, Anna Castagnoli y Carll Cneut, de Barbara Fiora editora (+8 años). • “El gran libro de las emociones”, de Esteve Pujol, Rafael Bisquerra y Carles Arbat, ed. Parramon (+6-7 años) • (Cualquier otro libro que considere adecuado) • “Te amo, lectura. (Natacha) ” Luis María Pescetti (10 años)
Tiempo	45 minutos

Pasos a seguir

Primero: Permitir que uno o varios niños lean un cuento o libro según la cantidad de personajes que hablan.



Segundo: Preguntar a los menores la parte favorita del cuento

Tercero: Colocar las siguientes preguntas para que los niños respondan según corresponda.

- ¿Qué crees que siente el personaje?
- ¿Por qué, qué te lo indica?
- ¿Y si estuviera contento, cómo lo sabrías?
- ¿Cómo crees que podría actuar?
- ¿Qué harías tú en su lugar?
- ¿Qué otras cosas podría hacer?
- ¿Cómo podría calmar su rabia o enfado?

Cuarto: Los niños deben de dibujar una de las emociones que presenta uno o varios personajes.

CUARTA ACTIVIDAD

CREANDO EL ÁLBUM DEL AMOR



Álbum del amor (Carolina, 2016)

Objetivo

Desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes del Nivel Primario, basado en la manipulación de objetos del medio.

Edad sugerida	De 6 a 11 años
Materiales a utilizar	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de color 8 ½ x 11 • Gomero, Cola, Pegamento • Tijera

	<ul style="list-style-type: none">• Colores escarcha• Cinta, gráficos• Lapicero negro
Tiempo	45 minutos



Pasos a realizar

Se les informa a los estudiantes, que cada uno hará su propio trabajo, colocándose en sus puestos con su material, procediendo a diseñar un álbum sobre el

amor utilizando materiales del medio, se les da las indicaciones cómo deben proceder para iniciar el trabajo doblan las cartulinas por la mitad, luego piensan en las cosas más hermosas que les hacen felices, escriben un editorial, elaboran un acróstico, pensamientos, poesía de diferente manera como crean sentirse bien, luego le van poniendo los detalles a ese álbum con todos los gráficos, escarcha, y van pegando de igual manera las figuras escogidas especialmente para ese trabajo. (**Altamirano & Flores G., 2015**)

QUINTA ACTIVIDAD

LA PERSONA QUE MÁS ADMIRO



Admiración por otros (refugio del alma)

Objetivo

Identificar aspectos positivos de la persona a quien admiran para fortalecer sus comportamientos.

Edad sugerida	De 7 a 11 años
Materiales a utilizar	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de papel boom • Fotografías • Lapiceros negro y azul • Marcadores • Pegamento, gomero
Tiempo	1 hora aproximadamente

Pasos a realizar

Se le dice a los estudiantes, que cada uno hará su trabajo en el aula de clases, en donde tendrán que pegar una foto de la persona que más admiren y debe decir tres cosas que le gusten de esa persona y tres cosas que no le guste.

Piense al momento de realizar el trabajo, que es lo que pretende conseguir en base a las indicaciones dadas, ya que es importante adentrarse en sus sentimientos para poder explorar y desarrollar las actitudes personales.

Una vez realizado el trabajo se les pide a los estudiantes que pasen al frente y digan a sus compañeros su trabajo y empiecen con las cosas buenas de la persona. Debe demostrar sencillez, orgullo y satisfacción de ser parte de esa familia o tenerlo

como un amigo o amiga. Ejemplo, mi madre, padre, hermano, amigo. (**Altamirano & Flores G., 2015**)

SEXTA ACTIVIDAD

VUELTITA, VUELTITA QUE LA VIDA ES MÁS BONITA



Niños Formando un Circulo (elheraldosp, 2019)

Objetivo

Lograr que los niños desarrollen la capacidad de expresar sus miedos ante grupos sociales como medida de apoyo.

Edad sugerida	De 10 a 11 años
Materiales a utilizar	<ul style="list-style-type: none"> • Tarjetas • Lapiceros negro y azul • Tijeras
Tiempo	50 minutos

Pasos a realizar

Se reúnen a los estudiantes para conformar los grupos de los cuales se les entrega unas tarjetas con diferentes motivos de un número de cuatro ya que servirá para la conformación de los mismos.

En segundo lugar, una vez conformados los grupos se llenan cuatro botellas plásticas con papeles escritos con diferentes temáticas que deseamos explorar o descubrir en los estudiantes, cada papel esta con la pregunta y el gráfico que corresponde de acuerdo al grupo que pertenece.

Se nombra un niño quien coordinará la actividad poniéndose en la mitad para que gire la botella, previo a ello los estudiantes deben estar sentados en círculos, al dar inicio

al juego de preguntas y respuestas la botella gira quedando la base y el inicio del pico de la botella frente a frente entre compañeros los cuales al sacar las preguntas en un número de dos, el jefe de grupo les entrega a cada uno para que respondan de acuerdo a lo que está en el papel y este está sujeto de respuestas de los integrantes del grupo pueden opinar y abrirse un debate sobre el tema a explorarse. (**Altamirano & Flores G., 2015**)

SÉPTIMA ACTIVIDAD

CARITAS DE EMOCIONES



Emociones (Psicoactiva, 2021)

Objetivo

Reconocer e identificar, a través de las expresiones faciales, las distintas emociones que se deben trabajar. Con esta actividad también se desarrolla la capacidad de auto observación y de validar las diversas emociones como legítimas y propias de todos.

Edad sugerida	De 6 a 11 años
Materiales a utilizar	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de cartulina • 8 tarjetas (30 X 15 cm) con una cara que representa una emoción en uno de los lados • Crayones
Tiempo	40 minutos

Pasos a realizar

Introducir al grupo a las diversas emociones, a medida que se van escribiendo en la cartulina una por una, en el orden que se sugiere.

En una hoja de cartulina grande se escribirán en un lado las seis emociones básicas, alegría, tristeza, miedo, asco, sorpresa, ira. Al otro lado pegaremos las tarjetas (cada una con una cara que representa una emoción) al azar para que los niños puedan unir con una línea la emoción con la tarjeta respectiva. Los animadores ayudan a los niños a comprender e identificar estas emociones, hablando de ellas y poniendo ejemplos de la vida cotidiana, y también se pide a los niños que den ejemplos.

Retirar las tarjetas de la cartulina, mostrarlas una a una y jugar a las adivinanzas: qué emoción representan las caras.

Se les reparte las tarjetas a los niños al azar, cada uno lee la emoción que le toca y la representa gestualmente para que los demás lo adivinen. (**Altamirano & Flores G., 2015**)

OCTAVA ACTIVIDAD

JUEGO; QUE EMOCIÓN SOY



Identificando emociones (Psicoactiva, 2021)

🚩 Objetivo

Identificar y analizar los aspectos emocionales para fomentar el aprendizaje.

Edad sugerida	De 6 a 8 años
Materiales a utilizar	<ul style="list-style-type: none"> • Espejo • Lista de animales y emociones

	<ul style="list-style-type: none"> • Hoja en blanco • lápiz
Tiempo	1 Hora y 30 minutos

Pasos a realizar

(VER DESARROLLO EN EL ANEXO 2, PÁGINA 32)

NOVENA ACTIVIDAD

ELABORO MI CATÁLOGO

Objetivo

- Trabajar el autoconocimiento, para mejorar habilidades sociales y emocionales.
- Fomentar las relaciones interpersonales y mejorar la autoconfianza.

Edad sugerida	De 8 a 10 años
Materiales a utilizar	<ul style="list-style-type: none"> • Revistas • Libros • Periódicos • Tijera • Lápices de colores • Lápiz • Hoja en blanco y de color • Pegamento
Tiempo	7 Sesiones de 1 hora

Pasos a realizar:

- A través de una plataforma digital (zoom, google met), se le explica al alumnado en que deben crear y decorar un catálogo en pareja.
- Se le explica qué es y cómo se hace un catálogo.
- Los estudiantes deben buscar, imágenes, símbolos de cosas y lugares que le gustan y con el que se, identifican, así como personas que admiran.
- Procediendo a recortar dichas imágenes y realizar una descripción corta de la misma.
- Luego a través de fotos, el alumno enviará de forma privada su creación al maestro.
- Posteriormente el docente presentará cada catálogo de manera individual al grupo para que adivine a que pareja pertenece.
- Finalmente los estudiantes contarán al grupo, porqué han hecho este catálogo de tal manera y que fue lo que más le gustó de esta presentación.

DECIMA ACTIVIDAD

DESCUBRIENDO UNA ESTRELLA

+ Objetivo

Descifrar en el niño o preadolescente el deseo de búsqueda

Edad sugerida	De 8 a 12 años
Materiales a utilizar	<ul style="list-style-type: none"> • Cartulina de colores • Bolígrafo • Tijeras • Papel para escribir en el interior de cada estrella una reflexión y una actividad a realizar.
Tiempo	1 hora aproximadamente

+ Pasos a realizar:

Los estudiantes hacen dos filas a cada lado dejando un espacio en el centro, donde competirán para alcanzar una estrella para sus compañeros, inmediatamente iniciarán dibujando en las cartulinas unas estrellas, luego se corta y se pegan papeles

con frases o actividades en la parte posterior de las estrellas escritas, se procede a pegarlas en la pizarra de forma indistinta y se escogen cinco estudiantes para que participen en el evento, se ubican los participantes en la parte posterior del aula, el resto de estudiantes se sientan en los pupitres en forma de U, en columna de cinco para dar inicio el juego. Al contar hasta cinco, salen corriendo a coger una estrella que se encuentran ubicados en la pizarra, después se les pregunta que tenían en cada estrella que cogieron y se desarrolla el evento. (**Altamirano & Flores G., 2015**)

GLOSARIO

- **Psicoafectivo:** Se refiere a los aspectos emocionales, motivacionales y actitudinales de la persona.
- **Confinamiento:** Es un plan de intervención comunitario que implica permanecer refugiado el mayor tiempo posible, bajo nuevas normas socialmente restrictivas.
- **Cambios psicológicos:** Es el desarrollo mental, emocional y de comportamiento que son influidos **por** la sociedad, la cultura y el momento histórico que vive cada persona.
- **Enseñanza-aprendizaje:** Es el procedimiento mediante el cual se transmiten conocimientos especiales o generales sobre una materia, sus dimensiones en el fenómeno del rendimiento académico a partir de los factores que determinan su comportamiento.

- **Drenar las emociones:** Es exteriorizar y expresar lo que sientes, liberando esa energía acumulada que tenemos en nuestro cuerpo.
- **Acróstico:** Es un poema cuyas letras iniciales de cada verso, leídas en sentido vertical, forman un vocablo o expresión.
- **Fomentar:** Favorecer de algún modo que una acción se desarrolle o que aumente un aspecto positivo de ella.

BIBLIOGRAFÍA

- Altamirano, M., & Flores G., M. B. (2015). *Elaboración y Aplicación de una Guía de Apoyo Psicoafectivo Tammy para Disminuir la Deprivación Afectiva en los Estudiantes del Primer Año de Bachillerato Comun Paralelos "D,E,F" del Colegio de Bachillerato Fiscal Cap. Edmundo Chiriboga de la Ciudad de Ri.*
- Altamirano, M. M. (2015). *Elaboración y Aplicación de una Guía de Apoyo Psicoafectivo Tammy para Disminuir la Deprivación Afectiva en los Estudiantes del Primer Año de Bachillerato Comun Paralelos "D,E,F" del Colegio de Bachillerato Fiscal Cap. Edmundo Chiriboga de la Ciudad de Ri.*
- Caba, Á. (2010). *Manual de terapias lúdicas, El retorno a la alegría.* Oficina de Comunicación, UNICEF- República Dominicana.
- C. C. (29 de enero de 2016). *álbum del amor [fotografía]*. Recuperado el 16 de abril de 2021, de anita y su mundo: <https://anitaysumundo.com/mini-album-para-san-valentin-en-5-pasos/>

Custode, R., Pinzón, J. C., & González Veiga, T. (2020). *Notas de orientación sobre la reapertura de las escuelas en el contexto de COVID-19 para los administradores y directores escolares en América Latina y el. Ciudad de Panamá.*

Depositphotos. (2019). *Niña Relajandoce [fotografía]*. Obtenido de Depositphotos:
<https://sp.depositphotos.com/vector-images/ni%C3%B1o-haciendo-ejercicio.html>

Elheraldoslp. (24 de mayo de 2019). *Niños Formando un Circulo [Fotografía]*. Obtenido de elheraldoslp: <https://elheraldoslp.com.mx/2019/05/24/ideas-para-realizar-descansos-de-cerebro-en-primaria/>

Franch, J. (20 de enero de 2016). *Club Peques Lectores: cuentos y creatividad infantil*. Recuperado el 09 de abril de 2021, de
<http://www.clubpequeslectores.com/2015/06/trabajando-las-emociones-recursos-educativos.html>

Freepik. (2019). *Galería de Arte*. Obtenido de freepik: https://www.freepik.es/vector-premium/galeria-arte-moderno-interior-museo-creativas-pinturas-contemporaneas-obras-arte-o-exposiciones-horizontal-plana_5607213.htm#page=1&query=Exhibits&position=34

López, M. (2020). *Importancia del autoconocimiento en la psicoafectividad*. Recuperado el abril de 2021, de <https://albamarpsicologia.com/la-importancia-del-autoconocimiento/>

Psicoactiva. (7 de enero de 2021). *Identificando Emociones [Fotografía]*. Obtenido de Psicoactiva: <https://www.psicoactiva.com/blog/ensenar-los-ninos-reconocer-emociones/>

Refugiodelalma. (s.f.). *Admiración por Otros [Fotografía]*. Obtenido de refugiodelalma:

<https://refugiodelalma.com/suenos/ninos/enfermos>

Russo, Bustos , & Mass. (2019). *Recuperación psicoafectiva*. Bogotá, Colombia:

editorial Universidad del Norte.

Servian, F. (2020). *La mente maravillosa*. Recuperado el 2020, de

<https://lamenteesmaravillosa.com/conoce-los-mejores-ejercicios-y-actividades-para-trabajar-las-emociones/amp/>

ANEXOS

ANEXO 1

PRIMERA ACTIVIDAD: RELÁJATE CONMIGO (Ver en la página 10)

 **Pasos a realizar**

La persona encargada de la técnica debe de solicitarle a los estudiantes, estar en un lugar cómodo y tranquilo como se muestra en la figura 1. Una buena opción también es tener una música relajante de fondo y hablar en tono calmado y suave.

1. Buscar una posición cómoda. Puede pararse, sentarse o acostarse boca arriba.

2. Apriete todos los músculos de la cara para tensarlos. Mantenga la tensión por 5 a 10 segundos.

3. Relaje los músculos de la cara por 15 a 20 segundos. Concéntrese en la tensión que se aleja de su cuerpo.

4. Repita el tensar y relajar los mismos músculos dos o tres veces antes de pasar al siguiente grupo muscular.

5. Repita los primeros cuatro pasos con diferentes grupos musculares. En este orden, concéntrese en los hombros, los brazos, antebrazos, manos, pecho, espalda, tronco, muslos, piernas y pies.



Niña relajándose (Depositphotos,

ANEXO 2

OCTAVA ACTIVIDAD: JUEGO; QUE EMOCIÓN SOY (Ver en la página 23)

Pasos a realizar:

- El maestro procede a explicar en qué consiste la actividad al alumnado a través de una plataforma virtual.

- Solicita los materiales a utilizar y le presenta una lista de animales y otra de emociones.
- Los estudiantes procederán a seleccionar un animal y una emoción.
- Luego de su elección, frente a un espejo imitan ese animal (si eligieron un león y la emoción enojado) imitaron a un león enojado.
- Continuando con la actividad, se le pide a los niños que una hoja en blanco de respuestas a la siguiente pregunta.

¿Por qué elegiste esa emoción?

¿Cuál emoción te gusta más?

¿Si fueras una emoción, cuál sería? Y porque?

Nota: El orientador o maestro puede considerar o analizar desde su perspectiva, cuales emociones podría estar presentando el estudiante en el momento y si hay negativas ayudarle a mejorarla.